И.В. Кошелева

Физкультура
и
спорт

Учебное пособие

для студентов II курса

факультета иностранных языков,

изучающих китайский язык

Харьков
2009

Кошелева И.В. Физкультура и спорт. Учебное пособие для студентов II курса факультета иностранных языков, изучающих китайский язык. – Харьков, 2009.

О пособии.

Целевая аудитория – студенты второго курса, изучающие китайский язык как иностранный, а также все, кто интересуется китайским языком и изучает его, в том числе самостоятельно.

Для работы с пособием предполагается уровень, эквивалентный 27-ми урокам учебника А.Ф. Кондрашевского (Практический курс китайского языка. В 2 т. Т.1 / отв.ред. А.Ф. Кондрашевский. – М.: АСТ: Восток-Запад, 2007).

Пособие объединяет в себе учебник и рабочую тетрадь, содержит примеры на темы из современной спортивной и околоспортивной жизни, иллюстрировано.

Оглавление

体育运动

[tǐyù yùndòng] физкультура и спорт

1.	球类运动	[qiúlèi yùndòng]	виды игры в мяч / игры с мячом / игра в мяч
2.	手球	[shǒu qiú]	1) гандбол, ручной мяч (*игра*) 2) ручной (гандбольный) мяч
3.	足球	[zú qiú]	1) футбол 2) футбольный мяч 踢
4.	篮球	[lán qiú]	1) баскетбол 2) баскетбольный мяч
5.	排球	[pái qiú]	1) волейбол 2) волейбольный мяч
6.	沙滩排球	[shā tān pái qiú]	пляжный волейбол
7.	羽毛球	[yǔ máo qiú]	1) бадминтон 2) волан (*для игры в бадминтон*)
8.	台球	[tái qiú]	1) бильярд 打台球 [dǎ táiqiú] — играть в бильярд 2) бильярдный шар
9.	乒乓球	[pīng pāng qiú]	пинг-понг; настольный теннис 2) мяч для пинг-понга 乒乓球拍 [pīngpāngqiúpāi] — ракетка для игры в настольный теннис
10.	网球	[wǎng qiú]	1) теннис 2) теннисный мяч 打
11.	棒球	[bàng qiú]	1) бейсбол 2) мяч для игры в бейсбол – «baseball»
12.	垒球	[lěi qiú]	1) софтбол 2) софтбольный мяч – «softball» – разновидность бейсбола, мяч кожаный, больше, чем в бейсболе, размером со спортивное ядро
13.	高尔夫(球)	[gāo'ěrfū (qiú)]	1) гольф 2) мяч для гольфа
14.	射箭	[shè jiàn]	стрельба из лука («*пускать стрелу*»)
15.	跳水	[tiào shuǐ]	1) прыжки в воду (*«прыгать в воду»*) – *олимпийская дисциплина* 2) ныряние, нырять
16.	赛艇	[sài tǐng]	1) гребля 2) байдарка; гоночная лодка

17.	田径	[tián jìng]	лёгкая атлетика
18.	体操	[tǐ cāo]	гимнастика
19.	艺术体操	[yìshù tǐcāo]	художественная гимнастика
20.	早操	[zǎocāo]	утренняя зарядка (做)
21.	拳击	[quán jī]	бокс; боксировать (拳 — *«кулак»,* 击 — *«бить»*)
22.	跆拳道	[táiquándào]	тэквондо (*букв. –«топтать и бить кулаком»*)
23.	摔交	[shuāi jiāo]	борьба; бороться
24.	柔道	[róu dào]	[*борьба*] дзюдо
25.	太极拳	[tài jí quán]	тайцзицюань (*вид китайской спортивной борьбы*)
26.	功夫	[gōng fu]	кунг-фу (*вид китайской системы самозащиты, основанной на резких ударах руками и ногами по болевым точкам противника с целью направления против него его же собственной энергии*)
27.	武术	[wǔ shù]	ушу (*традиционное китайское воинское искусство, подразделяющееся на множество направлений и сочетающее определенные философские, этические и психологические принципы совершенствования личности с системой специфических физических упражнений и приемов рукопашного боя*)
28.	空手道	[kōng shǒu dào]	каратэ
29.	气功	[qì gōng]	цигун (*дыхательные упражнения в китайской медицине*)
30.	瑜珈	[yújiā]	йога
31.	马术	[mǎ shù]	искусство верховой езды, верховая езда
32.	花样游泳	[huāyàng yóuyǒng]	синхронное плавание
33.	击剑	[jī jiàn]	фехтование
34.	自行车运动	[zìxíngchēyùndòng]	велосипедный спорт; велоспорт

35.	竞走	[jìng zǒu]	спортивная ходьба
36.	慢跑	[mànpǎo]	джоггинг, пробежка, бег трусцой (*jogging*)
37.	踢毽子	[tī jiànzi]	играть в «ласточку»; играть в ножной волан
38.	国际跳棋	[guó jì tiào qí]	шашки
39.	国际象棋	[guójì xiàngqí]	шахматы（副 [fù] – комплект）
40.	游泳	[yóu yǒng]	плавание; плавать
41.	滑冰	[huá bīng]	кататься на коньках
42.	滑雪	[huá xuě]	ходить на лыжах

球类运动. Виды спорта с мячом

	球	Мяч		台	Стенд, сцена
	手	Рука		乒乓	*Звукоподражание (досл. – «бац-хлоп»)*
	足	Нога		网	Сетка
	篮	Корзина		棒	Палка
	排	Ряд		垒	Спорт город; дом; база (в бейсболе)
	羽毛	Оперение		高尔夫	*Заимствование (от англ. – «golf»)*

Упражнения

1. Заполните таблицу

1.	球类运动	*[qiúlèi yùndòng]*	игры с мячом / игра в мяч
2.	手球		1) гандбол, ручной мяч (*игра*) 2) ручной (гандбольный) мяч
3.	足球		1) футбол 2) футбольный мяч
4.	篮球		1) баскетбол 2) баскетбольный мяч
5.	排球		1) волейбол 2) волейбольный мяч
6.	沙滩排球		пляжный волейбол
7.	羽毛球		1) бадминтон 2) волан (*для игры в бадминтон*)
8.	台球		1) бильярд 2) бильярдный шар
9.	乒乓球		пинг-понг; настольный теннис
10.	网球		1) теннис 2) теннисный мяч
11.	棒球		бейсбол
12.	垒球		софтбол
13.	高尔夫(球)		1) гольф 2) мяч для гольфа
14.	射箭		стрельба из лука
15.	跳水		прыжки в воду
16.	赛艇		байдарка; гоночная лодка
17.	田径		лёгкая атлетика
18.	体操		гимнастика
19.	艺术体操		художественная гимнастика
20.	早操		утренняя зарядка

21.	拳击		бокс
22.	跆拳道		тэквондо
23.	摔交		борьба
24.	柔道		дзюдо
25.	太极拳		тайцзицюань
26.	功夫		кунг-фу
27.	武术		ушу
28.	空手道		каратэ
29.	气功		цигун
30.	瑜珈		йога
31.	马术		искусство верховой езды, верховая езда
32.	花样游泳		синхронное плавание
33.	击剑		фехтование
34.	自行车运动		велосипедный спорт; велоспорт
35.	竞走		спортивная ходьба
36.	慢跑		джоггинг, пробежка, бег трусцой (*jogging*)
37.	踢毽子		играть в «ласточку»; играть в ножной волан
38.	国际跳棋		шашки
39.	国际象棋		шахматы
40.	游泳		плавание; плавать
41.	滑冰		кататься на коньках
42.	滑雪		ходить на лыжах

2. Осуществите согласование пар по принципу: «слово – его транскрипция»

1.	游泳	*1–nn*	a.	[qiúlèi yùndòng]
2.	国际跳棋		b.	[shǒu qiú]
3.	拳击		c.	[zú qiú]
4.	慢跑		d.	[lán qiú]
5.	太极拳		e.	[pái qiú]
6.	射箭		f.	[shā tān pái qiú]
7.	跆拳道		g.	[yǔ máo qiú]
8.	足球		h.	[tái qiú]
9.	棒球		i.	[pīng pāng qiú]
10.	空手道		j.	[wǎng qiú]
11.	跳水		k.	[bàng qiú]
12.	武术		l.	[lěi qiú]
13.	网球		m.	[gāo'ěrfū (qiú)]
14.	花样游泳		n.	[shè jiàn]
15.	沙滩排球		o.	[tiào shuǐ]
16.	国际象棋		p.	[sài tǐng]
17.	气功		q.	[tián jìng]
18.	垒球		r.	[tǐ cāo]
19.	竞走		s.	[yìshù tǐcāo]
20.	乒乓球		t.	[zǎocāo]
21.	高尔夫(球)		u.	[quán jī]
22.	早操		v.	[táiquándào]
23.	球类运动		w.	[shuāi jiāo]
24.	滑雪		x.	[róu dào]
25.	田径		y.	[tài jí quán]

26.	台球		z.	[gōng fu]
27.	排球		aa.	[wǔ shù]
28.	摔交		bb.	[kōng shǒu dào]
29.	马术		cc.	[qì gōng]
30.	踢毽子		dd.	[yújiā]
31.	篮球		ee.	[mǎ shù]
32.	赛艇		ff.	[huāyàng yóuyǒng]
33.	体操		gg.	[jī jiàn]
34.	功夫		hh.	[zìxíngchē yùndòng]
35.	艺术体操		ii.	[jìng zǒu]
36.	柔道		jj.	[mànpǎo]
37.	瑜珈		kk.	[tī jiànzi]
38.	手球		ll.	[guó jì tiào qí]
39.	滑冰		mm.	[guójì xiàngqí]
40.	羽毛球		nn.	[yóu yǒng]
41.	自行车运动		oo.	[huá bīng]
42.	击剑		pp.	[huá xuě]

3. Осуществите согласование пар по принципу: «слово – его перевод»

1.	球类运动	*1–M*	*A.*	Кунг-фу
2.	手球		B.	Гандбол
3.	足球		C.	Теннис
4.	篮球		D.	Волейбол
5.	排球		E.	Баскетбол
6.	沙滩排球		F.	Бильярд
7.	羽毛球		G.	Шашки
8.	台球		H.	Пляжный волейбол
9.	乒乓球		I.	Пинг-понг
10.	网球		J.	Прыжки в воду
11.	棒球		K.	Бадминтон
12.	垒球		L.	Бейсбол (baseball)
13.	高尔夫(球)		M.	Игры с мячом / игра в мяч
14.	射箭		N.	Плавание
15.	跳水		O.	Гольф
16.	赛艇		P.	Играть в ножной волан
17.	田径		Q.	Тэквондо
18.	体操		R.	Каратэ
19.	艺术体操		S.	Футбол
20.	早操		T.	Кататься на коньках
21.	拳击		U.	Гимнастика
22.	跆拳道		V.	Ходить на лыжах
23.	摔交		W.	Софтбол (softball)
24.	柔道		X.	Йога
25.	太极拳		Y.	Синхронное плавание

26.	功夫		Z.	Шахматы
27.	武术		AA.	Спортивная ходьба
28.	空手道		BB.	Байдарка
29.	气功		CC.	Дзюдо
30.	瑜珈		DD.	Цигун
31.	马术		EE.	Искусство верховой езды
32.	花样游泳		FF.	Тайцзицюань
33.	击剑		GG.	Ушу
34.	自行车运动		HH.	Фехтование
35.	竞走		II.	Велоспорт
36.	慢跑		JJ.	Джоггинг
37.	踢毽子		KK.	Художественная гимнастика
38.	国际跳棋		LL.	Утренняя зарядка
39.	国际象棋		MM.	Бокс
40.	游泳		NN.	Лёгкая атлетика
41.	滑冰		OO.	Борьба
42.	滑雪		PP.	Стрельба из лука

4. Заполните таблицу

1.	игры с мячом / игра в мяч	球类运动
2.	гандбол, ручной мяч	
3.	футбол	
4.	баскетбол	
5.	волейбол	
6.	пляжный волейбол	
7.	бадминтон, волан	
8.	бильярд	
9.	пинг-понг	
10.	теннис	
11.	бейсбол (baseball)	
12.	софтбол (softball)	
13.	гольф	
14.	стрельба из лука	
15.	прыжки в воду	
16.	байдарка	
17.	лёгкая атлетика	
18.	гимнастика	
19.	художественная гимнастика	
20.	утренняя зарядка	
21.	бокс	
22.	тэквондо	
23.	борьба	
24.	дзюдо	
25.	тайцзицюань	
26.	кунг-фу	
27.	ушу	
28.	каратэ	
29.	цигун	
30.	йога	
31.	искусство верховой езды, верховая езда	

32.	синхронное плавание	
33.	фехтование	
34.	велосипедный спорт; велоспорт	
35.	спортивная ходьба	
36.	бег трусцой	
37.	играть в ножной волан	
38.	шашки	
39.	шахматы	
40.	плавание; плавать	
41.	кататься на коньках	
42.	ходить на лыжах	

5. Переведите предложения на русский язык

1. 他父亲太胖以至不能玩手球。
2. 这座体育馆不是我们前年去过的。

   体育馆 [tǐ yùguăn]

3. 在那座体育场上慢跑的人是我们队的教练。
4. 手球场是什么样？
5. 他是退休手球球员，不过他正在教练日本国家队。

   退休 [tuìxiū]

6. 我们喜欢的是：足球，排球，篮球，手球，垒球和棒球。
7. 他们的足球队在昨天的比赛中表现突出。

   表现[biăoxiàn] показать себя

   突出[tūchū] выдающийся, заметный

8. 在这场足球赛中，他踢进了一个球。

   场[chăng]

9. 约翰在比赛的第 30 分钟踢进一球。

   约翰 [yuēhàn]

10. 也许英格兰队会踢进第一个球。
11. 这位足球教练受到了当地报纸的批评。

    批评 [pīpíng]

12. 我们队赢得了足球赛。

    赢得 [yíngdé]

13. 他一定会输。

    输 [shū]

14. 我队输了两个球。

    [wŏ duì shūle liăngge qiú]

15. 我们明天不会输给这类对方。

[shū gěi…… duì fāng]

16. 我们队还有希望赢得这场比赛吗?

17. 这就是说，如果我赢，就是你输。

18. 足球场地应该平坦。

场地[chǎngdì] площадка, место

平坦[píngtǎn]

19. 各种运动我都喜欢, 尤其是足球。

各种 [gèzhǒng] разного рода; разнообразный; различный

20. 非洲足球。

21. 足球是世界上最流行的体育运动。

22. 他在周末要么踢足球要么打篮球。

周末[zhōumò]

23. 足球比赛才刚刚开始就下起雨来。

24. 山姆邀请杰克去看足球比赛。

杰克[jiékè] Джэк

25. 我是真正的男子汉，我喜欢足球。

26. 他每个星期都要去足球场踢足球。

27. 小时候，每到夏天我们都要去游泳。

28. 约翰上周星期六踢足球时受了伤。

29. 从 2009 年开始，八月八日在中国是“全民健身日”了。

30. 我觉得这场足球赛非常有意思。

31. 床下面有什么？床下面有个足球。

32. 我下周要考试, 没时间踢足球了。

33. 电视上有一场足球比赛，不是吗？

34. 山姆要参加一些体育活动—篮球、游泳等等。

35. 杰克不仅是个好学生，而且还是名篮球队员。

36. 我们明天不打篮球。

37. 我们坐在那儿看篮球比赛。

38. 你喜欢打篮球吗？

39. 他没有去打篮球，而是留在家里。

40. 姚明是世界上最高的篮球运动员。

姚明[YáoMíng]

41. 麦可・乔登是一位著名的篮球球员。

麦可乔登[Màikě・Qiáodēng] Майкл Джордан

42. 那个人可能是一位职业篮球运动员。

职业 [zhíyè]

43. 篮球不是我喜欢的。我喜欢足球。

44. 我宁愿打篮球，而不愿打乒乓球。

宁愿 [nìngyuàn] предпочесть; лучше уж

45. 实际上，我非常喜欢篮球和排球。

46. 他们非常喜欢学校的篮球赛。

47. 两位朋友在谈一场篮球赛的结果。

48. 我们在打篮球时，他们在打排球。

49. 他们要去动物园或打排球。

50. 排球是我很喜欢的运动。

51. 排球是我最喜欢的运动。

52. 排球和柔道何时成为奥运会<u>项目</u>？

何时 [héshí] в какое время?, когда? в котором часу?

项目[xiàngmù]

53. 有多少支排球队已经<u>到达</u>北京了？

支[zhī]

54. 我们下午打排球，你想一起来吗？

55. 与篮球比较起来，我更喜欢排球。

56. 我喜欢排球，滑雪，公园和海滩。

海滩[hǎitān]

57. 我喜欢团体运动——像排球和篮球。

58. 那你是从什么时候开始打排球的呀？

59. 今天早上我们玩了篮球和排球。

60. 我的爱好是打篮球。

61. 我在排球游戏中伤了手所以写不了。

62. 那么你现在只看篮球和排球了。

63. 现在让我们去打排球。好吗？

64. 我喜欢打排球，我哥哥也喜欢打排球。

65. 太极拳从这里走向世界.

66. 他<u>上学</u>时有时到羽毛球俱乐部去。

67. 我喜欢在闲暇时打羽毛球。

闲暇 [xiánxiá] досуг, отдых; свободное (от дел) время

68. 我爸爸最喜爱的运动是打羽毛球。

69. 很多人喜欢打羽毛球和乒乓球。

70. 羽毛球是印度尼西亚主要运动项目。
71. 现在来打羽毛球好吗？
72. 我喜欢打高尔夫球和羽毛球。
73. 羽毛球比赛是在室内进行吗？
74. 今天下午我们去打羽毛球吧！
75. 他对羽毛球了解很多，我们去问他吗。
76. 我今年 25 岁，喜欢打羽毛球还有读书。
77. 我过去常常下午打羽毛球。
78. 你想不想去作运动？不，我想打羽毛球。
79. 不，谢谢了，我更愿意打羽毛球。
80. 我喜欢读书，旅游。爱好滑雪、羽毛球。
81. 我最喜爱的运动是羽毛球。
82. 我要和你比赛一场羽毛球。
83. 我最喜欢的运动是羽毛球，最讨厌跑步.

    讨厌[tǎoyàn] отвратительный; надоесть; скучный
84. 打台球时，我不能打电话。
85. 我喜欢和他打台球。 .
86. 这是我昨天跟他打台球的男孩。
87. 你想玩玩台球来轻松一下吗？
88. 我一般通过打台球的方式来锻炼身体。
89. 有的，我们这里还有台球。
90. 台球慢慢地滚过台面.

    滚 [gǔn]

91. 您可以去打台球和乒乓球.

92. 我喜欢和他打台球。

93. 现在我没有很多时间打台球.

94. 这是一款手机上的台球游戏。

95. 在网球赛中，他们是对手。

96. 我的一些朋友通过打网球锻炼他们的肌肉。

97. 网球俱乐部组织了一次舞会。

98. 这位网球运动员排名世界第三。

排 [pái] расставлять; располагать в ряд

99. 你打网球吗？

100. 我网球打得很差劲。

差劲 [chàjìn] недотягивать, немного не подходить, не соответствовать

101. 星期天我们去打网球了。

102. 我们以前在尼日利亚经常打网球。

103. 你们班上谁打网球打得最好？

104. 他在家，他不喜欢打网球。

105. 我们学校有网球场，也有游泳池。

游泳池 [yóuyǒngchí]

106. 他总能赢，他很擅长打网球。

擅长 [shàncháng] быть сильным в чём-либо; в совершенстве владеть чем-либо

107. 有拳击和网球。您更喜欢哪个？

108. 在我空闲时，我喜欢游泳和打网球。

空闲 [kòngxián] свободное время, досуг

109. 下棋和网球是他最喜爱的娱乐活动。

110. 我去游泳，别人都打网球去了。

111. 有个年轻的射手，他在学习射箭。 .

112. 在去非洲前, 他学了怎样骑马和射箭.

113. 我喜欢射箭项目。

114. 今天的射箭运动员们射箭入空。

空 [kōng]

115. 射箭成为了一种体育运动。

116. 我非常想在公园看沙滩排球比赛。

117. 沙滩排球和一般的排球比赛是不一样的。

118. 沙滩排球已成为奥运会的正式比赛项目。

119. 你可能想玩沙滩排球。

120. 你看过沙滩排球比赛吗？

121. 不太一样。沙滩排球每队只有两名队员，而且是在沙滩上举行。

122. 排球和沙滩排球的目标是击球过网，使球落在对手的场地上，同时防止对手用同样的手段得分。

击球 [jīqiú] играть в мяч

防止 [fángzhǐ] предотвратить; не допустить

手段 [shǒuduàn] средство; способ; приём

得分 [défēn] (*спорт.)* выиграть, (набрать) очко

123. 你肯定不会跳水，是不是？

跳水 – прыжки в воду (олимп. дисциплина); ныряние, нырять

124. 多么优美的跳水！

优美 [yōuměi]

125. 我们听到人们的击水声和跳水声。

126. 她打算*尝试*一个高难度的跳水动作。

127. 跳水运动员在*高台边*上站稳。

站稳 [zhànwěn] крепко стать (на ноги), занять прочное положение

128. 是的，我也喜欢，我更喜爱跳水比赛。

129. 当我空闲的时候，我会去游泳和跳水。

130. 我喜欢游泳，更喜欢跳水。

131. 跳水需要力量，而且要全神贯注才能成功。

全神贯注 [quánshén guànzhù] сосредоточить всё своё внимание; сосредоточиться; сосредоточенный

132. 所有项目我都喜欢！我尤其喜欢跳水比赛。

133. 我特别喜欢看跳水、花样滑冰和游泳比赛。

134. 它的名字叫贝贝，它是一条鱼。它喜欢跳水。

135. 我都喜欢——速度游泳、跳水，所有的一切。

136. 赛艇是一项精彩的水上运动。

精彩 [jīngcǎi] замечательный

137. 你们有赛艇队？好酷啊！ — 酷 [kù]

138. 我们就要赢得这次赛艇比赛时，我们的船突然撞到水下的沙洲，搁浅了。

沙洲 [shāzhōu] отмель, банка

搁浅 [gēqiǎn] сесть на мель

139. 该图片是跆拳道制服与白色腰带。

腰带[yāodài] пояс

制服 [zhìfú] форма

140. 跆拳道允许用拳击和用脚踢。

拳击 [zhìfú]

脚踢 [jiǎotī] пинать, лягать, ударять ногой

141. 我们也供应不同的颜色，在跆拳道腰带。

供应 [gōngyì ng] обеспечивать

142. 我是跆拳道黑腰带级别了。

级别 [jíbié] разряд

143. 跆拳道源于韩国古代武术。

源于 [yuányú] проистекать из чего-либо; брать начало в чём-либо

144. 白色象征纯洁,代表初级练习者从没有过跆拳道知识.

象征 [xiàngzhēng] символизировать

纯洁 [chúnjié] чистота

145. 跆拳道使我明白如何寻找到自我和怎样 占胜恐惧。

战胜恐惧 [zhànshèng kǒngjù] победить страх

寻找 [xúnzhǎo] искать; разыскивать

146. 我喜欢跆拳道是因为我可以保护我自己同时它对我的健康很有益。

有益 [yǒuyì] полезный

147. 我很喜欢太极拳，看到你的简历中的跆拳道，

希望有机会切磋一下。

简历 [jiǎn lì]

切磋 [qiēcuō] советоваться; обмениваться мнениями; резать и полировать (кость или рог; обр. в знач.: совершенствоваться в науке и добродетели, советуясь с друзьями)

148. 去看你们的成龙小丑吧，我可以反复看我们汉城的跆拳道联盟比赛。

小丑 [xiǎochǒu] комик; клоун

反复 [fǎnfù] неоднократно; вновь и вновь, многократно

汉城 [hànchéng] Сеул

149. 对呀。足球队的队长、跆拳道课的班长。他甚至还去学过吉他。

甚至 [shènzhì] вплоть до того, что; даже; а то и (даже)

吉他 [jítā] гитара

150. 摔交选手为了达到某个重量级别总是如法炮制。

如法炮制 [rú fǎ páo zhì] делать что-либо в соответствии с одобренным и обыденным методом

选手 [xuǎnshǒu] участники состязаний (после отборочных игр)

重量级别 [zhòngliàngjíbié] (спорт.) весовая категория

151. 跆拳道练习者首先学习基础知识。

基础 [jīchǔ]

152. 中国跆拳道协会经中华人民共和国民政部正式批准，于 2004 年在北京成立。

协会 [xiéhuì] ассоциация; общество

正式批准[pīzhǔn] официально одобрить / утвердить

民政部 [mínzhèngbù] министерство внутренних дел

153. 今年, 一个新项目, 女子摔交, 将成为运动会的一部分.

154. 东方武术中有柔道和空手道

155. 他是一位柔道七段的高手，而且他属于一个恶名的黑社会帮派。

帮派 [bāngpài]

恶名 [èmíng]

高手[gāoshǒu] мастер; знаток

156. 跟**柔道**比起来，我更喜欢**拳击**。

157. 男孩向一位年老的日本柔道大师学习柔道呢。

158. 这个新的体系称为**柔道**。

称为 [chēngwéi]

159. 我仍然希望有一天可以回到学校，做一名**摔跤**教练。

仍然 [réngrán] всё ещё

160. 我也喜欢**体操**——还有其他的**室内运动**。我喜欢看柔道和拳击。

161. 我不太喜欢像**柔道**和**拳击**这样的打斗项目。

打斗 [dǎ dòu] драка

162. 她这个**体重级别**的*柔道运动员*没有哪一位可以在体力和技巧方面能与她相比。

体重级别 весовая категория

体力 [tǐlì] физическая сила

技巧 [jìqiǎo] мастерство

163. 本周二，普京发布了他的**柔道教学** DVD。

发布 [fābù] издать

164. 柔道比赛的标准**垫子**长 14 米, 宽 14 米, 上面**铺**有**塌塌米**, 塌塌米的颜色通常是绿色。

宽 [kuān]

铺 [pū] расстилать

塌塌米 [tā tā mǐ] татами (циновка из рисовой соломы)

165. 他的中国**功夫**(1)是无敌的。

无敌 [wúdí] не иметь себе равных; непобедимый

166. 问问他是否有*功夫*(2)去看电影。

167. 这些女孩子们为自卫而练习功夫。

168. 你对功夫太极读者有什么建议吗？

169. 有这么好的功夫为什么不去报仇？

报仇 [bàochóu] отомстить

170. 中国功夫有些像日本的空手道。

171. 我教功夫是为了传扬中国文化。

传扬 [chuányáng] распространять

172. 我对功夫片很感兴趣，你呢？

173. 那就是您—中国最伟大的功夫师傅！

师傅[shīfu]

174. 我和一个空手道黑带对打时，他砍了我膝盖。

砍 [kǎn] рубить

膝盖 [xīgài] коленка

175. 我每个两天去运动中心练空手道。

176. 这种方法来源于著名的空手道套路。

177. 空手道和体育明确的有永远地变得我的生活一个部份。

178. 单手击破一块砖，对我来说很容易。因为我是空手道黑带。

179. 如果你是一个空手道套路的练习者，你可能已经练习这个动作很多年了。

180. 你每天几点去跑步？

181. 你通常做什么娱乐运动？你喜欢慢跑吗？

182. A:你喜欢打棒球吗？B:我想是吧，不过我更喜欢慢跑。

183. 好的，你可以买一双慢跑的鞋子，这些就是跑鞋，你最喜欢哪一双？

184. 要学会身心松弛，瑜珈功是一种有效的锻炼方法。

功 дело, работа, занятие

身心 [shēnxīn]тело и дух; физически и духовно

松弛 [sōngchí] расслабленный

185. 那么为什么选择瑜珈呢？

选择 [xuǎnzé]

186. 这个男人每天早上六点做瑜珈。

187. 瑜珈和游泳可以使我强壮.

强壮 [qiángzhuàng] крепкий, здоровый, сильный

188. 冥想是瑜珈很重要的一部分。

冥想 [míngxiǎng]

189. 我准备下个月去参加瑜珈！

190. 那么，你也许想试试瑜珈。

191. 瑜珈是非常流行的一种活动。

192. 你试过瑜珈吗？

193. 计划包括放松和瑜珈。

194. “没有伤痛，就没有收获”的理论在瑜珈里是不提倡的。

伤痛 [shāngtòng]

收获 [shōuhuò]

提倡 [tíchàng] поощрять

195. 中国话叫气功，就像瑜珈一样，你知道那种东西，只是方式不同。

196. 你对气功怎么看？

197. 我祖母每天一大早在公园练气功。

一大早 – с самого утра

198. 你相信气功吗？

199. 有些人在练气功，还有些人在练功夫。

200. 太极和气功是很受欢迎的传统中国武术。

201. 在参加入之前，我已经听说了很多关于气功的消息。

202. “为了保持体力，我一直在练习气功呼吸。”

保持 [bǎochí] сохранять, поддерживать

体力 [tǐlì] физическая сила

203. 有些词甚至*来自于*中国，例如“气功”、“普通话”。

204. 基本上，办公室瑜伽是非常基本的瑜伽气功。瑜伽气功*来自*印度。

瑜伽气功 [yú jiā qì gōng] Hatha Yoga

205. 小朋友在玩*有趣的*踢毽子游戏。

206. 踢毽子。

207. 她们在公园踢毽子、跳绳。

跳绳 [tiàoshéng] прыгать через скакалку (*досл.* – через верёвочку)

208. 比如中国武术、健身秧歌、抖空竹、踢毽子、健身球以及街舞、排舞、轮滑、体育舞蹈等。

秧歌 [yāngge] популярный народный танец с песней

抖空竹 [dǒu kōngzhú] жонглировать дьяболо（空竹 — «волчок-свистулька, дьяболо»)

健身球 – мяч здоровья

街舞 – хип-хоп

轮滑 [lún huá] катание на роликовых коньках

体育舞蹈 – спортивные танцы

209. 我喜欢踢毽子和打篮球，你呢？

210. 她就在公园踢毽子。

211. 我还不会游泳。

212. 游泳后，她用毛巾擦干身子。

213. 在这河里游泳危险。

危险 [wēixiǎn] опасный

214. 你不能光着身子在这里游泳。

215. 她每个星期六都游泳。

216. 她正在教孩子们游泳。

217. 一年中这个时候游泳是不可能的。

218. 这个周末，我想要和朋友去游泳。

周末 [zhōumò] конец недели;

уик-энд (время отдыха от субботы до понедельника)

219. 她是一名优秀的游泳运动员。

优秀 [yōuxiù] выдающийся; отличный

220. 我们向来都去湖里游泳。

向来 [xiànglái] всегда

221. 正当我在游泳的时候, 电话响了。

响 [xiǎng]

222. 如果天气好，我们就去游泳。

223. 我今晚真的不想和你一起去游泳。

224. 上个星期他没去游泳，我也没去。

225. 我想去一个我们可以游泳的地方.

226. 一个人是通过游泳才学会游泳的。

227. 我喜欢游泳，可是我游得并不好。

228. 他每天晚上都作慢跑。

229. 她每天早上要慢跑几英里。

230. 我长期慢跑锻炼身体。

231. 公园里有很多人，有的在散步，有的在慢跑，还有的在做操。

232. 你每个星期做几次的慢跑？

233. 我今早看到在公园里有人慢跑，是你吗？

234. 他每晚慢跑。

235. 大清早许多老年人到公园去慢跑。

大清早 [dàqīngzǎo] очень раннее утро

236. 慢跑是一种十分普及的体育活动。

普及 [pǔjí]

237. 明天早上你能和我一起去慢跑吗?

238. 我认为，慢跑对健康有益。

有益 [yǒuyì]

239. 康复的怎样了？开始慢跑了吗？

康复 [kāngfù]

240. 是的，我一星期慢跑一到两次。

241. 她虽然年纪相当大，仍然每天慢跑。

242. 暖身十分钟后，她开始慢跑。

暖身[nuǎnshēn] разогревать тело

243. 散步，慢跑，游泳是流行的运动方式。

244. 我在这家武术馆学功夫。

馆 – место для проведения культурных или спортивных мероприятий

245. 我已学了两年少林武术了。

246. 我们公司生产武术制服。

247. 不，我喜欢武术。

248. 我们一星期至少打两次高尔夫球。

249. 职业高尔夫球员通常胜过业余的。

业余 [yèyú] любительский

胜过 [shèngguò] превзойти

250. 她是一个很有天赋的高尔夫球手。

天赋 [tiānfù] способности

251. 我打高尔夫，看电影，旅游。

252. 我刚加入一个高尔夫球俱乐部。

253. 我父亲开始喜欢周末打高尔夫球了。

254. 我带我爸爸出去打高尔夫球。

255. 那位是个高尔夫球职业运动员。

256. 他们在 12 点打完了高尔夫。

257. 我喜欢打高尔夫球和羽毛球。

258. 在电视上看高尔夫球, 没有一点味道.

味道 [wèidao]

259. 您做什么运动来健身？

260. 中国的老年人常在清早打太极拳。

261. 太极拳是一种老少皆宜的运动。

老少皆宜[lǎoshào jiēyí] полезно для всех поколений / возрастов

262. 打太极拳时，你必须保持内心平静。

263. 太极拳?那是什么东西?

264. 打太极拳怎么样？你练习吗？

265. 在太极拳中，速度并不是最重要的事。

266. 是的，我每天早上起来都打一趟太极拳。

趟 [tàng] раз

267. 我打乒乓球，还练太极拳。你喜欢什么运动？

268. 她从滑雪中得到极大乐趣。

极大 [jí dà] максимум; огромный

269. 我喜欢滑雪，同时也知道这非常危险。

270. 他们经常在十二月份去滑雪。

月份 [yuèfèn] месяц (календарный)

271. 我正在学滑雪。

272. 我喜欢滑雪，更喜欢滑雪后的闲暇时间。

闲暇 [xiánxiá]

273. 那个女孩请求她的父亲给她买一副滑雪板。

请求 [qǐngqiú] просить

副[fù] сч. слово для парных предметов и комплектов

274. 我 14 岁，我喜欢滑雪。

275. 我今天早上要上个人滑雪课。

276. 我会游泳。你会干什么？— 我会滑雪。

277. 我必须开始做健身运动了。

278. 我父母参加了一个健身俱乐部。

279. 我们吃早餐然后去健身房运动。

280. 星期二和星期四我要上健身课。

281. 为什么你不试一试健身课呢？

282. 排球是我最喜欢的运动，你最喜欢的运动是什么？

283. 昨晚我们去看了一场足球比赛。

284. 我喜欢跑步和游泳，但不喜欢打猎。

打猎 [dǎliè] охотиться

285. 明天你有兴趣去看赛马嘛？

286. 今天下午我们到体育馆练习了，我们打乒乓球。

287. 我的表弟是个垒球运动员。

288. 我弟弟很爱登山，他是登山俱乐部的成员。

登山 [dēngshān]

289. 过去我在田径队时，我是跳高运动员。

290. 最难学的是要做一个输得起的运动员。

291. 柔道运动员是强人, 所以他应该保护孩子.

292. 那是女柔道运动员.

293. 这是一只毡靴 [zhānxuē],而我需要两块滑雪板.

294. 锻炼身体, 保卫祖国。

295. 这位观众是我外公。

观众 [guānzhòng]（个, 名, 位）

296. 1952 年毛泽东提出“发展体育运动, 增强人民体质”原则。[fā zhǎn tǐ yù yùn dòng zēng qiáng rén mín tǐ zhì]

增强 [zēngqiáng] укрепить; усилить; окрепнуть; усилиться

体质 [tǐzhì] комплекция, телосложение, тело

297. 足球比赛吸引了大量的观众。

298. 她瘦长结实的身体看上去精力充沛。

瘦长[shòucháng] высокий и худой

结实[jiēshi] сильный

299. 他是一个体格健美的年轻人。

300. 他是运动型的男人。

Национальный стадион «Птичье гнездо»

国家体育馆鸟巢 [niǎo cháo]



6. Переведите предложения на русский язык

1) 跟拳击和摔交比起来我更喜欢田径。
2) 今天我不能跑步，我的身体状况不良。
3) 全世界人民都在看着奥运会。
4) 她很注意体育锻炼。
5) 我们打成平局。
6) 两个队把比赛打成了平局。
7) 我为足球队“N”捧场 [pěngchăng]。
8) . 他很愿意教我们击剑。
9) 你们从事田径吗？
10) 您去看这次比赛吗？
11) 射箭是比较流行的运动了。
12) 你打算参加赛艇吗？ —— 我一定参加。
13) 我们有非常好的体育馆。

7. Переведите на русский язык предложения (первые два уже переведены для Вас)

1. 他每个星期都要去足球场踢足球。 Он каждую неделю ходит на футбольное поле играть в футбол. — *привычка*
2. 小时候，每到夏天我们都要去游泳。В детстве, каждый раз, как наступало лето, мы ходили плавать. — *повторяющееся действие*
3. 他年轻时每年冬天都要去滑冰。
4. 无论天气怎样，每个星期六我都要去慢跑。
5. 他每个星期都要去足球场踢足球。
6. 我认识那位老太太——她每天早上都要到公园去打太极拳。
7. 他们每个星期五都要来这儿下棋。
8. 小时候，我爷爷每天都要上中文课。
9. 秋天她都要到南方去度假。



8. Осуществите согласование пар по принципу «фраза – её перевод»

1.	玩手球		a.	играть в ручной мяч
2.	手球球员		b.	человек, занимающийся бегом трусцой на том стадионе
3.	在那座体育场上慢跑的人		c.	футбольный матч не успел начаться
4.	手球场		d.	футбол – самый популярный вид спорта в мире
5.	退休手球球员		e.	сборная команда
6.	国家队		f.	проиграть этим соперникам
7.	在这场足球赛中		g.	получить травму.
8.	踢进一个球		h.	по выходным
9.	在比赛的第 30 分钟踢进一球		i.	он обязательно проиграет
10.	赢得足球赛		j.	на тридцатой минуте матча забить гол
11.	他一定会输		k.	мне нравятся все виды спорта
12.	输给这类对方		l.	забить один гол
13.	各种运动我都喜欢		m.	гандбольная площадка
14.	足球是世界上最流行的体育运动		n.	гандболист на пенсии
15.	在周末		o.	гандболист
16.	足球比赛刚刚开始		p.	выиграть футбольный матч
17.	受了伤		q.	в этом футбольном матче

18.	下周		a.	на следующей неделе
19.	电视上有一场足球比赛		b.	баскетбол – моё хобби
20.	篮球队员		c.	баскетболист
21.	(一位)著名的篮球球员		d.	играть в бадминтон и настольный теннис
22.	职业篮球运动员		e.	играть в волейбол и баскетбол
23.	一场篮球赛的结果		f.	известный баскетболист
24.	奥运会		g.	командные виды спорта
25.	三支排球队		h.	любимый спорт моего папы
26.	团体运动		i.	на досуге играть в бадминтон
27.	玩篮球和排球		j.	Олимпийские игры
28.	我的爱好是打篮球		k.	по телевизору идёт футбольный матч
29.	上学		l.	проводить в помещении
30.	到羽毛球俱乐部去		m.	профессиональный баскетболист
31.	在闲暇时打羽毛球。		n.	результат одного баскетбольного матча
32.	我爸爸最喜爱的运动		o.	с тобой посостязаться
33.	打羽毛球和乒乓球		p.	тренироваться
34.	在室内进行		q.	три волейбольные команды
35.	作运动		r.	учиться в школе
36.	我更愿意打羽毛球		s.	ходить в бадминтонный клуб
37.	和你比赛		t.	я лучше в бадминтон сыграю

38.	最讨厌跑步		a.	больше всего не терпеть бегать
39.	和/跟他打台球		b.	бассейн
40.	对手		c.	в свободное время
41.	通过打……锻炼身体		d.	в теннисном матче
42.	在网球赛中		e.	верховая езда
43.	网球俱乐部		f.	выстрелить в воздух
44.	网球运动员		g.	играть в пляжный волейбол
45.	你们班上谁		h.	играть с ним в бильярд
46.	游泳池		i.	кто в вашей группе
47.	网球场		j.	развлечения
48.	擅长打网球		k.	соперники
49.	射箭		l.	соревнования по пляжному волейболу
50.	在我空闲时		m.	стрелок
51.	娱乐活动		n.	стрельба из лука
52.	射手		o.	теннисист
53.	骑马		p.	теннисный клуб
54.	射箭入空		q.	теннисный корт
55.	沙滩排球比赛		r.	укреплять тело посредством…
56.	打/玩沙滩排球		s.	хорошо играет в теннис
57.	队员		t.	члена команды

58.	击球		a.	играть в мяч
59.	防止		b.	тренер по борьбе
60.	手段		c.	средство; способ; приём
61.	得分		d.	спортсмены-борцы
62.	跳水		e.	сосредоточиться
63.	跳水比赛		f.	соревнования по прыжкам в воду
64.	全神贯注		g.	соревнования по гребле
65.	赛艇		h.	предотвратить; не допустить
66.	水上运动		i.	полезно для здоровья
67.	赛艇比赛		j.	нырять
68.	白色腰带		k.	называется
69.	对健康很有益		l.	капитан команды
70.	队长		m.	женская борьба
71.	摔交选手		n.	дзюдоист
72.	女子摔交		o.	гребля
73.	东方武术		p.	выиграть; набрать (очко)
74.	称为		q.	восточные боевые искусства
75.	摔跤教练		r.	водный вид спорта
76.	室内运动		s.	виды спорта в закрытых помещениях
77.	柔道运动员		t.	белый пояс

78.	塌塌米		a.	татами
79.	自卫		b.	учитель кунг-фу
80.	传扬中国文化		c.	ты веришь в цигун?
81.	功夫师傅		d.	самооборона
82.	(一个)空手道黑带		e.	с самого утра
83.	每个两天去运动中心		f.	расслабление
84.	空手道套路		g.	распространять китайскую культуру
85.	空手道和体育		h.	практиковать дыхание по цигуну
86.	学会身心松弛		i.	попробовать йогу
87.	练习/做瑜珈		j.	пловчиха
88.	冥想		k.	научиться расслабляться физически и духовно
89.	试试瑜珈		l.	медитация
90.	放松		m.	ката каратэ
91.	“没有伤痛，就没有收获”		n.	каратэ и визвоспитание
92.	一大早		o.	каратист с чёрным поясом
93.	你相信气功吗？		p.	каждые два дня ходить в спортивный центр
94.	练习气功呼吸		q.	заниматься йогой
95.	一年中这个时候		r.	в это время года
96.	(女)游泳运动员		s.	«no pain, no gain»

97.	去湖里游泳		a.	ходить на озеро плавать
98.	作慢跑		b.	брать частный урок катания на лыжах
99.	慢跑几公里		c.	вечерний отдых и развлечения, которые обычно организуются после дневного катания на лыжах (apres-ski)
100.	大清早		d.	вступить в гольф-клуб
101.	职业篮球运动		e.	гольфист-любитель
102.	业余运动员		f.	делать пробежку
103.	业余高尔夫球员		g.	лазать по горам
104.	加入一个高尔夫球俱乐部		h.	месяц (календарный)
105.	职业高尔夫球运动员		i.	один валенок
106.	职业足球运动员		j.	очень раннее утро
107.	在电视上看高尔夫球		k.	пара лыж
108.	月份		l.	посещать занятия по фитнесу
109.	滑雪后的闲暇时间		m.	пробегать по нескольку километров
110.	一副滑雪板		n.	професиональный футболист
111.	上个人滑雪课		o.	профессиональный баскетболист
112.	健身俱乐部		p.	профессиональный игрок в гольф
113.	上健身课		q.	скачки
114.	赛马		r.	смотреть по телевизору гольф
115.	登山		s.	спортсмен-любитель
116.	一只毡靴		t.	фитнес-клуб



9. Заполните таблицу

1.	玩手球	
2.		гандболист
3.	在那座体育场上慢跑的人	человек, занимающийся бегом трусцой на том стадионе
4.		гандбольная площадка
5.	退休手球球员	
6.		сборная команда
7.	在这场足球赛中	
8.		забить один гол
9.	在比赛的第 30 分钟踢进一球	
10.		выиграть футбольный матч
11.	他一定会输	
12.		проиграть этим соперникам
13.	各种运动我都喜欢	
14.		футбол – самый популярный вид спорта в мире

15.	在周末	
16.		футбольный матч не успел начаться
17.	受了伤	
18.		на следующей неделе
19.	电视上有一场足球比赛	
20.		баскетболист
21.	(一位)著名的篮球球员	
22.		профессиональный баскетболист
23.	一场篮球赛的结果	
24.		Олимпийские игры
25.	三支排球队	
26.		командные виды спорта
27.	玩篮球和排球	
28.		баскетбол – моё хобби
29.	上学	
30.		ходить в бадминтонный клуб
31.	在闲暇时打羽毛球。	
32.		любимый спорт моего папы
33.	打羽毛球和乒乓球	
34.		проводить в помещении
35.	作运动	
36.		я лучше в бадминтон сыграю
37.	和你比赛	
38.		больше всего не терпеть бегать

39.	和/跟他打台球	
40.		соперники
41.	通过打……锻炼身体	
42.		в теннисном матче
43.	网球俱乐部	
44.		теннисист
45.	你们班上谁	
46.		бассейн
47.	网球场	
48.		хорошо играет в теннис
49.	射箭	
50.		развлечения
51.	射手	
52.		верховая езда
53.	射箭入空	
54.		соревнования по пляжному волейболу
55.	打/玩沙滩排球	
56.		члена команды
57.	击球	
58.		предотвратить; не допустить
59.	手段	
60.		выиграть; набрать (очко)
61.	跳水	
62.		соревнования по прыжкам в воду

63.	全神贯注	
64.		гребля
65.	水上运动	
66.		соревнования по гребле
67.	白色腰带	
68.		полезно для здоровья
69.	队长	
70.		спортсмены-борцы
71.	女子摔交	
72.		восточные боевые искусства
73.	称为	
74.		тренер по борьбе
75.	室内运动	
76.		дзюдоист
77.	塌塌米	
78.	自卫	самооборона
79.	传扬中国文化	
80.		учитель кунг-фу
81.	(一个)空手道黑带	
82.		каждые два дня ходить в спортивный центр
83.	空手道套路	
84.		каратэ и визвоспитание
85.	学会身心松弛	
86.		заниматься йогой

87.	冥想	
88.	试试瑜珈	
89.	放松	
90.		«no pain, no gain»
91.	一大早	
92.		ты веришь в цигун?
93.	练习气功呼吸	
94.		в это время года
95.	（女）游泳运动员	
96.		ходить на озеро плавать
97.	作慢跑	
98.		пробегать по нескольку километров
99.	大清早	
100.		профессиональный баскетболист
101.	业余运动员	
102.		гольфист-любитель
103.	加入一个高尔夫球俱乐部	
104.		профессиональный игрок в гольф
105.	职业足球运动员	
106.		смотреть по телевизору гольф
107.	月份	
108.		вечерний отдых и развлечения, которые обычно организуются после дневного катания на лыжах (apres-ski)

109.	一副滑雪板	
110.		брать частный урок катания на лыжах
111.	健身俱乐部	
112.		посещать занятия по фитнесу
113.	赛马	
114.		лазать по горам
115.	一只毡靴	



10. Из группы слов и выражений, приведенных под буквами а), б) и т.д., составьте краткий рассказ

а）他一定会输 /各种运动我都喜欢 /在室内进行 /骑马 /摔跤教练 /塌塌米 /冥想 /业余高尔夫球员；

б）大清早 /作慢跑 /东方武术 /你相信气功吗 /练习气功呼吸 /试试瑜珈 /防止；

в）跳水 /赛艇 / 水上运动 /游泳池 /作运动 /上学 /登山 / (女)游泳运动员。



11. Переведите слова и выражения в нижеприведенных таблицах

I.

玩手球	手球球员	在那座体育场上慢跑的人	手球场
退休手球球员	国家队	在这场足球赛中	踢进一个球
在比赛的第 30 分钟踢进一球	赢得足球赛	他一定会输	输给这类对方
各种运动我都喜欢	足球是世界上最流行的体育运动	在周末	足球比赛刚刚开始
受了伤	下周	电视上有一场足球比赛	篮球队员
(一位)著名的篮球球员	职业篮球运动员	一场篮球赛的结果	奥运会
三支排球队	团体运动	玩篮球和排球	我的爱好是打篮球
上学	到羽毛球俱乐部去	在闲暇时打羽毛球	我爸爸最喜爱的运动



II.

три волейбольные команды	командные виды спорта	играть в волейбол и баскетбол	баскетбол – моё хобби
учиться в школе	ходить в бадминтонный клуб	на досуге играть в бадминтон	любимый спорт моего папы
играть в бадминтон и настольный теннис	проводить в помещении	тренироваться	я лучше в бадминтон сыграю
с тобой посостязаться	а больше всего не терпеть бегать	играть с ним в бильярд	соперники
укреплять тело посредством…	в теннисном матче	теннисный клуб	теннисист
кто в вашей группе	бассейн	теннисный корт	хорошо играет в теннис
стрельба из лука	в свободное время	развлечения	соревнования по пляжному волейболу
стрелок	верховая езда	предотвратить; не допустить	выстрелить в воздух
играть в пляжный волейбол	члена команды	играть в мяч	



III.

打羽毛球和乒乓球	在室内进行	作运动	我更愿意打羽毛球
和你比赛	最讨厌跑步	和/跟他打台球	对手
通过打……锻炼身体	在网球赛中	网球俱乐部	网球运动员
你们班上谁	游泳池	网球场	擅长打网球
射箭	在我空闲时	娱乐活动	自卫
射手	骑马	射箭入空	沙滩排球比赛
打/玩沙滩排球	队员	击球	防止
手段	得分	跳水	跳水比赛
全神贯注	赛艇	水上运动	赛艇比赛
白色腰带	对健康很有益	队长	摔交选手
女子摔交	东方武术	称为	摔跤教练
室内运动	柔道运动员	塌塌米	



IV.

средство; способ; приём	выиграть; набрать (очко)	нырять	соревнования по прыжкам в воду
сосредоточиться	гребля	водный вид спорта	соревнования по гребле
белый пояс	полезно для здоровья	капитан команды	спортсмены-борцы
женская борьба	восточные боевые искусства	называется	тренер по борьбе
виды спорта в закрытых помещениях	дзюдоист	татами	самооборона
распространять китайскую культуру	учитель кунг-фу	каратист с чёрным поясом	каждые два дня ходить в спортивный центр
ката каратэ	каратэ и визвоспитание	научиться расслабляться физически и духовно	заниматься йогой



V.

медитация	попробовать йогу	расслабление	«no pain, no gain»
с самого утра	ты веришь в цигун?	практиковать дыхание по цигуну	в это время года
пловчиха	ходить на озеро плавать	делать пробежку	пробегать по нескольку километров
очень раннее утро	профессиональный баскетболист	спортсмен-любитель	гольфист-любитель
вступить в гольф-клуб	профессиональный игрок в гольф	професиональный футболист	смотреть по телевизору гольф
месяц (календарный)	вечерний отдых и развлечения, которые обычно организуются после дневного катания на лыжах (apres-ski)		брать частный урок катания на лыжах
фитнес-клуб	посещать занятия по фитнесу	скачки	лазать по горам
один валенок	пара лыж		



VI.

传扬中国文化	功夫师傅	(一个)空手道黑带	每个两天去运动中心
空手道套路	空手道和体育	学会身心松弛	练习/做瑜珈
冥想	试试瑜珈	放松	“没有伤痛，就没有收获”
一大早	你相信气功吗？	练习气功呼吸	一年中这个时候
(女)游泳运动员	去湖里游泳	作慢跑	慢跑几公里
大清早	职业篮球运动	业余运动员	业余高尔夫球员
加入一个高尔夫球俱乐部	职业高尔夫球运动员	职业足球运动员	在电视上看高尔夫球
月份	滑雪后的闲暇时间	一副滑雪板	上个人滑雪课
健身俱乐部	上健身课	赛马	登山
一只毡靴			



VII.

играть в ручной мяч.	гандболист	человек, занимающийся бегом трусцой на том стадионе	гандбольная площадка
гандболист на пенсии	сборная команда	в этом футбольном матче	забить один гол
на тридцатой минуте матча забить гол	выиграть футбольный матч	он обязательно проиграет	проиграть этим соперникам
мне нравятся все виды спорта	футбол – самый популярный вид спорта в мире	по выходным	футбольный матч не успел начаться
получить травму.	на следующей неделе	по телевизору идёт футбольный матч	баскетболист
известный баскетболист	профессиональный баскетболист	результат одного баскетбольного матча	Олимпийские игры



12. Разбейтесь на пары / группы и назовите как можно больше видов спорта.
13. Разбейтесь на пары / группы и за 3 минуты запишите как можно больше названий видов спорта, где есть прямое противостояние с соперником и борьба с ним (например, в стрельбе из лука и беге борьба не прямая, а в тэквондо – прямая). По окончании руководитель каждой группы зачитывает список.
14. Переведите предложения на китайский язык

1.	Его отец такой тучный, что не может играть в ручной мяч.
2.	А некоторые слова так даже пришли из Китая, например, «цигун» и «путунхуа».
3.	А сейчас пойдёмте поиграем в волейбол, хорошо?
4.	А тайцзицюань? Ты практикуешь?
5.	А: Тебе нравится играть в бейсбол? В: Думаю, да. Но мне больше нравится / я предпочитаю бег трусцой.
6.	Африканский футбол.
7.	Бадминтон – основной вид спорта в Индонезии.
8.	Баскетбол – моё хобби.
9.	Баскетбол – это не то, что мне нравится. Мне нравится футбол.
10.	Бег трусцой – это очень **распространённый** вид физической активности.
11.	Белый цвет символизирует чистоту, показывает, что учащийся на начальном этапе ещё не владеет знанием тэквондо.
12.	Бильярдный шар медленно (по)катился по столу.
13.	В 1952 году Мао Цзэдун выдвинул принцип: «Развивать физкультуру и спорт и укреплять здоровье нации».
14.	В воскресенье мы играли в теннис.
15.	В детстве, каждый раз, как наступало лето, мы ходили плавать.
16.	В нашей школе есть **теннисный корт**, а также бассейн.
17.	В основном, офисная йога – это элементарнейшая хатха-йога. Хатха-йога пришла из Индии.
18.	В парке много людей, некоторые прогуливаются, некоторые бегают трусцой, а ещё некоторые делают зарядку.
19.	В поясах для тэквондо мы также предоставляем разные цвета.
20.	В свободное время я люблю плавать и играть в теннис.
21.	В тайцзицюане скорость совершенно не является основной вещью.
22.	В теннисном матче они – соперники.

23.	В то время как мы играли в баскетбол, они играли в волейбол.
24.	В тэквондо разрешены удары руками и ногами.
25.	В это время года нельзя плавать.
26.	В этом году новая дисциплина, женская борьба, станет частью спортивных состязаний. / В этом году частью спортивных состязаний станет новая дисциплина – женская борьба.
27.	В этом матче он забил один гол.
28.	В этот вторник Путин представил свой учебный DVD по дзюдо.
29.	В этот уик-энд я хочу пойти плавать с друзьями.
30.	Во время моего спарринга с каратистом-«чёрноп**о**ясничником», он разрубил мне коленную чашечку.
31.	Волейбол – мой любимый вид спорта, а твой любимый вид спорта какой?
32.	Волейбол – это (вид) спорта, который мне больше всего нравится.
33.	Волейбол – это (вид) спорта, который мне очень нравится.
34.	Вчера вечером мы ходили смотреть футбольный матч.
35.	Вы можете играть в бильярд и настольный теннис.
36.	Гребля – это замечательный водный вид спорта.
37.	Да, верно. **Капитан** футбольной команды, и староста группы, которая изучает тэквондо. Он даже изучал игру на гитаре.
38.	Да, мне тоже нравится, а ещё больше я люблю соревнования по прыжкам в воду.
39.	Да, я встаю каждое утро и делаю тайцзицюань.
40.	Да, я каждую неделю бегаю от одного до двух раз.
41.	Двое друзей как раз обсуждают результат одного баскетбольного матча.
42.	Девочка попросила отца купить ей пару лыж.
43.	Детишки как раз играют в интересную игру – ножной волан.
44.	Джон на тридцатой минуте матча забил гол.
45.	Джон, играя в футбол на прошлой неделе, в субботу получил травму.
46.	Джек не только хорошо учиться, но, к тому же, ещё и известный **баскетболист**.
47.	Дзюдоист – человек сильный, поэтому он должен защищать детей.
48.	Для поддержания физической формы я всё время практикую дыхание по цигуну.
49.	До отъезда в Африку он выучился верховой езде и стрельбе из лука.

50.	До присоединения я уже слыхал много о цигуне.
51.	Его зовут Бэйбэй, он рыбка. Ему нравится нырять.
52.	Её китайское **кунг-фу** (1) не имеет себе равных.
53.	Если нужно научиться расслабляться, то **йога** – один из эффективных методов тренировки (этого).
54.	Если погода будет хорошей, мы тогда пойдём плавать.
55.	Если ты учащийся, который практикует ката каратэ, то ты, должно быть, изучаешь это движение много лет.
56.	Есть бокс и теннис. Вам который больше нравится?
57.	Есть один молодой стрелок, он сейчас учится стрельбе из лука.
58.	Есть, у нас здесь ещё есть и бильярд.
59.	Завтра мы не играем / не будем играть в баскетбол.
60.	Завтра утром сможешь пойти со мной на пробежку?
61.	И с какого времени ты стал играть в волейбол?
62.	Играть в ножной волан.
63.	Играя в бильярд, я не могу говорить по телефону.
64.	Идите смотрите вашего клоуна Джеки Чана, а я буду снова и снова пересматривать соревнования нашей Федерации Тэквондо, которые происходили в Сеуле.
65.	Изучающие тэквондо вначале овладевают базовыми знаниями.
66.	Им очень нравятся школьные баскетбольные матчи.
67.	Истоки тэквондо находятся в древнем военном / боевом искусстве Кореи.
68.	Их футбольная команда во вчерашнем матче показала себя на высоте.
69.	Йога – очень популярный вид деятельности.
70.	Йога и плавание могут сделать меня сильным.
71.	Как выглядит гандбольная площадка?
72.	Как идёт выздоровление? Начала бегать?
73.	Как насчёт сыграть сейчас в бадминтон?
74.	Как раз, когда я плавала, зазвонил телефон.
75.	Какой вид спорта у тебя служит для отдыха? Тебе нравится бег трусцой?
76.	Какой красивый прыжок в воду!
77.	Какой совет (/ что ты предложишь) ты дашь читателям, интересующимся кунг-фу и тайцзи?
78.	Каратэ и физвоспитание очевидно стали навсегда частью моей жизни.

79.	Китайская ассоциация тэквондо была основана в Пекине в 2004 году, это было официально утверждено Министерством гражданской администрации Китайской Народной Республики.
80.	Китайское кунг-фу немного похоже на японское каратэ.
81.	Когда волейбол и дзюдо стали олимпийскими видами спорта?
82.	Когда занимаешься тайцзицюанем, нужно сохранять спокойствие ума.
83.	Когда у меня будет свободное время, я пойду поплаваю и поныряю.
84.	Кто в вашем классе / в вашей группе лучше всех играет в теннис?
85.	Купаться в этой реке опасно.
86.	Любимый спорт моего папы – это бадминтон.
87.	Майкл Джордан – известный баскетболист.
88.	Мальчик учится дзюдо у пожилого мастера (*дзюдо)* из Японии.
89.	Медитация – важная часть йоги.
90.	Мне 14 лет, я люблю кататься на лыжах.
91.	Мне 25 лет, люблю играть в бадминтон, а также читать.
92.	Мне всё нравится – скоростное плавание, прыжки в воду, всё-всё.
93.	Мне нравится бегать и плавать, но не нравится охота.
94.	Мне нравится весь спорт в целом, а особенно, футбол.
95.	Мне нравится волейбол, катание на лыжах, парк и морской пляж.
96.	Мне нравится играть в гольф и бадминтон.
97.	Мне нравится играть в ножной волан и в баскетбол, а тебе?
98.	Мне нравится играть с ним в бильярд.
99.	Мне нравится катание на лыжах, а ещё больше нравится тот вечерний отдых и развлечения, которые обычно организуются после дневного катания на лыжах (apres-ski).
100.	Мне нравится плавать, а больше нравится нырять.
101.	Мне нравится стрельба из лука.
102.	Мне нравится тэквондо, потому что я могу защитить себя, и к тому же, это полезно для здоровья.
103.	Мне нравятся все (*виды спорта*)! (Но) я особенно люблю соревнования по прыжкам в воду.
104.	Мне нравятся **командные виды спорта**, такие как волейбол и баскетбол.
105.	Мне особенно нравится смотреть соревнования по прыжкам в воду, фигурному катанию и плаванию.

106.	Мне очень нравится тайцзицюань, и увидел в твоём резюме тэквондо, надеюсь, будет возможность поучиться друг у друга.
107.	Мне сегодня вечером действительно не хочется идти плавать.
108.	Мне такие дисциплины, как дзюдо и бокс, где происходит драка, не очень-то нравятся.
109.	Мне тоже нравится спортивная гимнастика – есть ещё и другие виды спорта в закрытых помещениях. Мне нравится смотреть дзюдо и бокс.
110.	Многие любят бадминтон и настольный теннис.
111.	Может быть команда Англии забьёт первый гол.
112.	Мои родители вступили в фитнес-клуб.
113.	Мой любимый вид спорта – бадминтон.
114.	Мой любимый вид спорта – это бадминтон, а больше всего не терплю **бегать**.
115.	Мой младший брат любит лазать по горам, член клуба альпинистов.
116.	Мой младший двоюродный брат (по материнской линии) – игрок в софтбол.
117.	Мой отец пристрастился к игре в гольф по уик-эндам.
118.	Моя бабушка с самого утра в парке практикует цигун.
119.	Мы всегда ходили плавать на озеро.
120.	Мы **как минимум** два раза в неделю играем в гольф.
121.	Мы как раз должны были выиграть, но наша лодка неожиданно села на мель.
122.	Мы не проиграем завтра этим соперникам.
123.	Мы позавтракали, а потом пошли в спортзал тренироваться.
124.	Мы после обеда будем играть в волейбол, хочешь с нами?
125.	Мы сидели там и смотрели соревнование по баскетболу.
126.	Мы услышали, как люди плескались и ныряли в воде.
127.	На досуге я люблю играть в бадминтон.
128.	На прошлой неделе он не плавал, и я тоже.
129.	На самом деле, я очень люблю баскетбол и волейбол.
130.	На следующей неделе у меня экзамен, нет времени играть в футбол.
131.	На **указанной** картине изображено кимоно для тэквондо и белый пояс.
132.	Нам нравится футбол, волейбол, баскетбол, ручной мяч, софтбол и бейсбол.
133.	Например, китайское ушу, фитнес-янгэ, игра в дьяболо, мяч здоровья, а также хип-хоп, танцы, катание на роликах, спортивные танцы и т.п.
134.	Научиться плавать можно только плавая.
135.	Наша команда выиграла футбольный матч.

136.	Наша команда проиграла два мяча.
137.	Наша фирма производит форму для ушу.
138.	Не совсем одинаковы. В пляжном волейболе в каждой команде только по два **члена команды**, к тому же проводится он на пляже.
139.	Некоторые из его друзей тренируют мышцы, играя в бадминтон.
140.	Некоторые практикуют цигун, некоторые практикуют кунг-фу.
141.	Нет, мне нравится ушу.
142.	Нет, спасибо, я **лучше** в бадминтон сыграю.
143.	Но зачем выбирать йогу?
144.	Ну, тогда тебе надо купить пару обуви для бега трусцой, вот как раз кроссовки, больше всего тебе нравится которая пара?
145.	Ну, ты, наверное, захочешь попробовать йогу.
146.	Ныряние / прыжки в воду требует силы и концентрации – и только в этом случае можно добиться успеха.
147.	Одним словом / коротко говоря, если я выигрываю, ты проигрываешь.
148.	Он – атлетичный мужчина.
149.	Он – гандболист на пенсии, но как раз сейчас тренирует японскую сборную [команду].
150.	Он – мастер по дзюдо с седьмым даном, к тому же, он принадлежит одной печально известной банде [из преступного мира].
151.	Он атлетичный молодой человек.
152.	Он дома, ему не нравится играть в теннис.
153.	Он каждое утро пробегает по несколько миль.
154.	Он каждую неделю ходит на футбольное поле играть в футбол.
155.	Он каждый вечер бегает трусцой.
156.	Он каждый вечер выходит на пробежку.
157.	Он как-то, когда учился в школе, ходил в бадминтонный клуб.
158.	Он много знает о бадминтоне, пошли спросим у него.
159.	Он не пошёл играть в баскетбол, а остался дома.
160.	Он обычно выигрывает. Он очень хорошо играет в теннис.
161.	Он обязательно проиграет.
162.	Она – очень способный игрок в гольф.
163.	Она как раз занята с детьми, учит их плавать.
164.	Она от катания на лыжах получает максимум удовольствия.

165.	Она плавает каждую субботу.
166.	Она прекрасная пловчиха.
167.	Она хочет *попытаться* (осуществить) прыжок в воду высокой сложности.
168.	Они в парке играют в ножной волан, прыгают через верёвочку.
169.	Они закончили играть в гольф в 12 часов.
170.	Они пойдут в зоопарк или пойдут играть в волейбол.
171.	Они часто в декабре ездят кататься на лыжах.
172.	План включает в себя расслабление и йогу.
173.	Пляжный волейбол уже стал официальным событием Олимпийских игр.
174.	По вторникам и четвергам я посещаю занятия по фитнесу.
175.	По выходным он играет или в футбол, или в баскетбол.
176.	По сравнению с дзюдо, мне больше нравится бокс.
177.	По телевизору идёт футбольный матч, не так ли?
178.	Пожилые китайцы часто рано поутру практикуют тайцзи.
179.	Пойдём **потренируемся**. Нет, я хочу поиграть в бадминтон.
180.	Пойдём сегодня поиграем в бадминтон после обеда!
181.	По-китайски называется «цигун», похоже на йогу, ну, ты знаешь эту штуку, только способы разные.
182.	После десяти минут разминки она начала бегать (*трусцой*).
183.	После купания она обтёрлась махровым полотенцем.
184.	Прогулка, бег трусцой, плавание являются популярными видами спорта (*«*способами движения*»).
185.	Профессиональный игрок в гольф обычно выигрывает у любителя.
186.	Прыгунья в воду заняла устойчивое положение на ***краю*** помоста.
187.	Рано утром очень много пожилых людей идут в парк побегать трусцой.
188.	Раньше я часто после обеда играла в бадминтон.
189.	Раньше, в Нигерии, мы часто играли в теннис.
190.	Раньше, когда я была в команде легкоатлетов, то была прыгуньей в высоту.
191.	С 2009 года день 8 августа стал в Китае всенародным днём здоровья.
192.	Сегодня лучники(-спортсмены) выстрелили в воздух.
193.	Сегодня мы ходили тренироваться в спортзал, мы играли в пинг-понг.
194.	**Сегодня утром** в парке я видел человека, который совершал пробежку, это был ты?
195.	Сегодня утром мы играли в волейбол и баскетбол.

196.	Сейчас у меня не много времени для игры в бильярд.
197.	Сколько волейбольных команд уже прибыло в Пекин?
198.	Сколько раз в неделю ты бегаешь трусцой?
199.	Смотреть по телевизору гольф абсолютно не интересно.
200.	Соревнования по бадминтону проводятся в помещении?
201.	Соревнования по пляжному волейболу и обычному волейболу неодинаковые.
202.	Спортсмены-борцы всегда делают именно так для того, чтобы попасть в определённую весовую категорию.
203.	Спроси, есть ли у него *время* (2) сходить на фильм.
204.	Среди восточных боевых искусств есть дзюдо и каратэ.
205.	Стандартный ковёр для соревнований по дзюдо в длину 14 метров, в ширину 14 метров, сверху всё покрыто татами, цвет которых, как правило, зелёный.
206.	Стрельба из лука стала видом **спорта**.
207.	Сэм приглашает Джека пойти посмотреть футбольный матч.
208.	Тайцзи и цигун – весьма популярные (виды) традиционного китайского боевого искусства.
209.	Тайцзицюань – это вид спорта, полезный как для детей, так и для взрослых.
210.	Тайцзицюань? А что это?
211.	Так вот же ж она в парке играет в ножной волан.
212.	Так что ты сейчас просто смотри баскетбол и волейбол.
213.	Так это были Вы – величайший учитель кунг-фу во всём Китае!
214.	Такое хорошее кунг-фу – почему не пойдёт отомстить?
215.	Тебе интересно пойти завтра на скачки?
216.	Тебе нравится играть в баскетбол?
217.	Теннисный клуб организовал танцы.
218.	То – дзюдоистка.
219.	Том хочет участвовать в спортивной деятельности – (играть в) баскетбол, плавать и т.п.
220.	Тот человек – профессиональный игрок в гольф.
221.	Тот человек, возможно, является профессиональным баскетболистом.
222.	Тренировать тело, чтобы защищать родину.
223.	Труднее всего научиться правильно проигрывать.
224.	Ты веришь в цигун?
225.	Ты играешь в теннис?

226.	Ты каждый день **во сколько** ходишь бегать?
227.	Ты когда-нибудь видел соревнования по пляжному волейболу?
228.	Ты не можешь здесь купаться нагишом.
229.	Ты пробовал когда-нибудь заниматься йогой?
230.	Ты точно не умеешь нырять, ведь так?
231.	Ты, может, захочешь сыграть в пляжный волейбол.
232.	Тэквондо позволяет мне понять свою сущность, а также даёт мне понимание того, как справиться со страхом.
233.	У вас своя команда по гребле? Круто!
234.	У меня вызывают большой интерес китайские фильмы с кунг-фу.
235.	У меня чёрный пояс по тэквондо.
236.	У нашей команды всё ещё есть надежда выиграть эти соревнования / этот матч?
237.	У неё, дзюдоистки в её весовой категории, нет соперницы, которая могла бы сравняться с ней по силе и мастерству.
238.	Философия «без труда не вытянешь и рыбку из пруда» (*смысл «no pain, no gain», т.е. добиться чего-либо можно только через боль*) в йоге не поощряется.
239.	Футбол – самый популярный вид спорта в мире.
240.	Футбольное поле должно быть ровным.
241.	Футбольные соревнования привлекли большую аудиторию зрителей.
242.	Футбольный матч не успел начаться, как пошёл дождь.
243.	Хотя она довольно-таки стара, но, тем не менее, каждый день бегает трусцой.
244.	Хочешь сыграть в бильярд расслабиться?
245.	Целью и волейбола, и пляжного волейбола является перебросить мяч через сетку, заставив его **упасть на** поле *(«площадке»)* противника, в то же время не допустить, чтобы противник таким же способом выиграл очко.
246.	Человек, занимающийся бегом трусцой на том стадионе, – тренер нашей команды.
247.	Что касается меня, разбить одной рукой кирпич – это легко. Потому что я – каратист с черным поясом. *(досл. «каратист-чёрнопоясник»)*
248.	Что находится под кроватью? Под кроватью находится один футбольный мяч.
249.	Что ты делаешь для поддержки здоровья?

250.	Что ты думаешь о цигуне?
251.	Шахматы и теннис – его любимые развлечения.
252.	Эта новая система называется дзюдо.
253.	Эти девочки для самообороны занимаются кунг-фу.
254.	Это – игра в бильярд для мобильного телефона.
255.	Это валенок, а мне нужны две лыжи.
256.	Это мальчик, с которым я вчера играл в бильярд.
257.	Этот зритель – мой дед по матери.
258.	Этот метод берёт своё начало в известных ката каратэ.
259.	Этот мужчина каждое утро в 6 часов занимается йогой.
260.	Этот спортзал – не тот, в который мы ходили в позапрошлом году.
261.	Этот теннисист посеян третьим в мировом рейтинге.
262.	Этот футбольный тренер подвергся критике местной газеты.
263.	Я бы хотела пойти туда, где мы сможем поплавать.
264.	Я в теннис не очень играю.
265.	Я в этом зале боевых искусств изучаю кунг-фу.
266.	Я во время игры в волейбол поранил руку, поэтому не могу пис**а**ть.
267.	Я всё ещё надеюсь однажды вернуться в школу и стать тренером по борьбе.
268.	Я вывел папу поиграть в гольф.
269.	Я длительное время бегал, чтобы сделать себя сильнее.
270.	Я должен заняться фитнесом.
271.	Я ещё не умею плавать.
272.	Я играю в гольф, смотрю фильмы, плаваю.
273.	Я играю в пинг-понг, ещё практикую тайцзицюань. А тебе какой вид спорта нравится?
274.	Я каждые два дня хожу в спортивный центр заниматься каратэ.
275.	Я как раз сейчас учусь кататься на лыжах.
276.	Я люблю играть в волейбол, мой старший брат тоже любит играть в волейбол.
277.	Я люблю играть в гольф и бадминтон.
278.	Я люблю играть с ним в бильярд.
279.	Я люблю кататься на лыжах, но в то же время знаю, что это очень рискованно.
280.	Я люблю плавать, но плаваю отнюдь не замечательно.
281.	Я люблю читать, путешествовать. Хобби – катание на лыжах, бадминтон.

282.	Я настоящий мужик – мне нравится футбол.
283.	Я обучаю кунг-фу для того, чтобы распространять китайскую культуру.
284.	Я обычно укрепляю тело посредством игры в бильярд.
285.	Я очень хочу в парке посмотреть на **соревнования по пляжному волейболу**.
286.	Я планирую в следующем месяце начать заниматься йогой!
287.	Я пошла плавать, другие все пошли играть в теннис.
288.	Я предпочитаю волейбол баскетболу.
289.	Я предпочту сыграть в баскетбол, но не хочу играть в пинг-понг.
290.	Я сегодня утром беру частный урок катания на лыжах.
291.	Я считаю, бег трусцой полезен для здоровья.
292.	Я считаю, этот футбольный матч чрезвычайно интересный.
293.	Я только что вступила в гольф-клуб.
294.	Я уже два года изучаю шаолиньское у-шу.
295.	Я умею плавать. А что умеешь делать ты? — Я умею кататься на лыжах.
296.	Я хочу с тобой посостязаться в бадминтон.
297.	Яо Мин – самый высокий в мире баскетболист.



15. Прочитайте и переведите текст «Спорт» – сочинение Вашего коллеги по изучению китайского языка. Выучите текст наизусть

运动

运动在人家生活上起很大的作用。我觉得如果你每天都锻炼身体，你不能得什么病。

运动是人家的健康。在中国，很多人练中国传统的运动——武术或者太极拳。那儿有很多太极拳辅导站，不论 春，夏，秋，冬，每天早上都有人来打太极拳。太极拳还能治病，有的病医院都治不好，可是病人支持打太极拳，慢慢地恢复健康。

我自己是一个运动员。我每天都跑步几个公里。我也很喜欢打网球。有空儿的时候我跟我朋友一起去体育场打网球。我每星期三，星期日都练跆拳道和摔跤。

夏天我还喜欢游泳。

其中很多种运动有夏天的和冬天的。我更喜欢夏天的运动。我很喜欢乒乓球、羽毛球、排球、挑水和击剑。我不太喜欢足球、马术、篮球和水球。

冬天我更喜欢登山运动和滑雪射击。滑雪运动和花样滑冰我不喜欢。

我不能说我是一个球迷。我不喜欢加油，我更喜欢自己从事什么样的运动。

我觉得人家都要从事运动。在世界上健康就是最重要的。

起作用 [qǐ zuò yòng] играть роль

辅导站 центр обучения

治病 [zhìbìng] излечить болезнь

治不好 неизлечимый; быть не в состоянии вылечить

支持[zhīchí] поддерживать (зд. «продолжать»)

恢复 [huīfù] восстановить

滑雪射击 биатлон (стрельба на лыжах)

球迷 [qiúmí] болельщик (спортивных игр с мячом)

加油 подбадривать/воодушевлять кого-либо

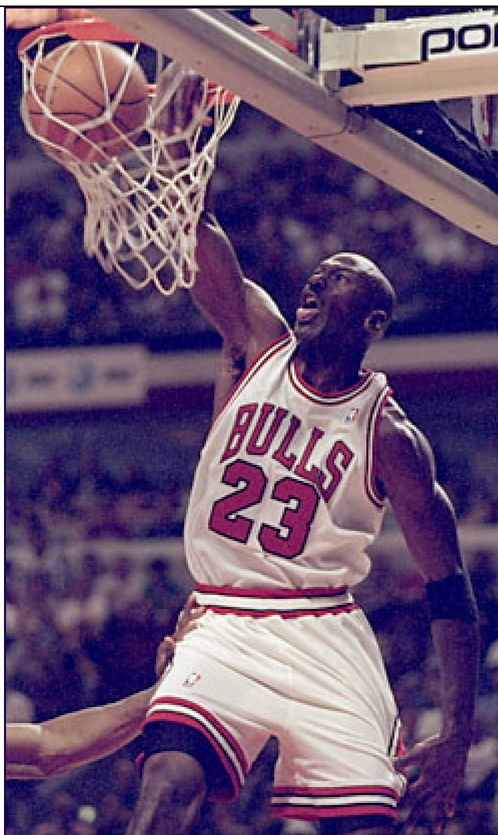
16. Напишите сочинение на спортивную тематику, озаглавив его: «Моё хобби», – используя максимальное количество слов и выражений из пройденного материала.

17. Используя слова и выражения из списка этого упражнения, опишите (на выбор) людей и их деятельность на приведенных ниже картинках

1. 坚忍
2. 不怕克服困难
3. 强
4. 聪明
5. 愚蠢
6. 运动的，运动型的
7. 竞技状态
8. 团队合作
9. 为祖国争光
10. 锻炼身体, 保卫祖国
11. 快
12. 慢
13. 跳得高
14. 游泳得/跑步得漂亮
15. 滑雪滑得快
16. 顽强
17. 努力
18. 体育道德
19. 公平
20. 身体状况良好
21. 身体状况不良/ 不健康
22. 课/工间操
23. 有朝气

1. Команда судей 裁判员队。

2。Игра в баскетбол 打篮球。


3. Майкл Джордан。

4. Футбольная команда поддержки 足球啦啦队。


5. Практиковать йогу 练习瑜伽。

6。Дети делают зарядку 孩子们做操。

7. Практикуем кунг-фу 练习功夫。


8。Фитнес-янгэ 健身秧歌。

9. Игра в ножной волан 踢毽子。


10。Художественная гимнастика 艺术体操。

11. Игра в бадминтон 打羽毛球。


12. 8.08.2009 перед «Птичьим гнездом практикуют тайцзицюань» 二零零九年八月八号 在«鸟巢» 前练太极拳


Приложение

1



2



3



4



5



6



7



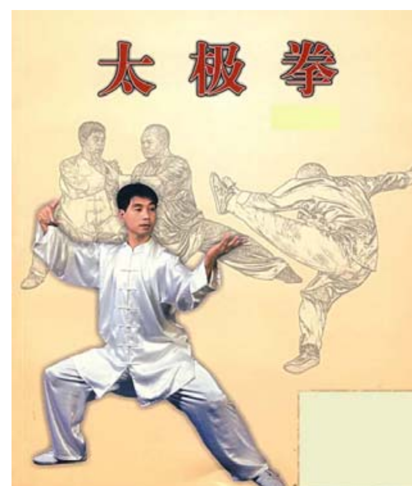
8



9



10



11



12



13



14



15



16



17



18



19



20



21



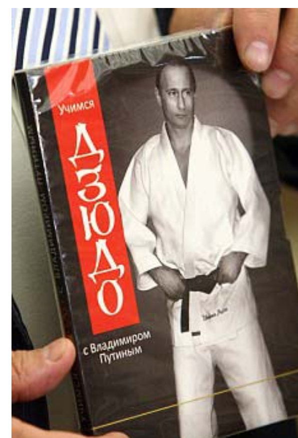
22



23



24



25



26



27



28



29



30



31



32



33



34



35



36



37



38



39



40



41



42



43



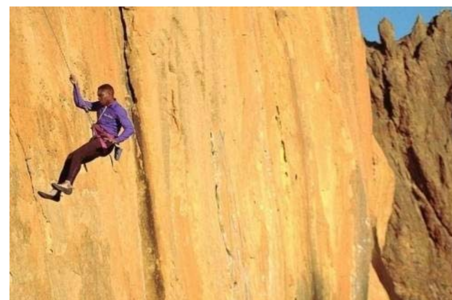
44



45



46



47



48



49

